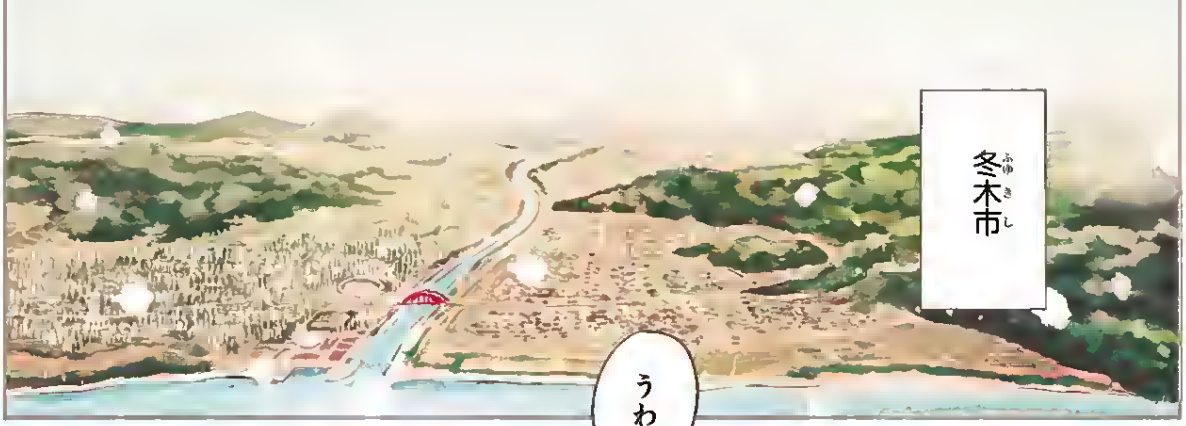
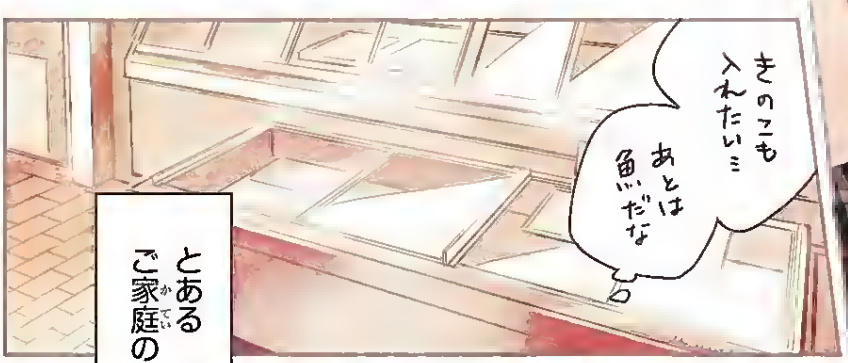
■Fate/stay night スピンオフシリーズ開幕





※この漫画はフィクションです。実在の人物・団体・事件などには一切関係ありません。

衛宮さんちの今日のごはん

漫画：TAa
原案：TYPE-MOON
料理監修：只野まこと

おかえりなさい

シロウ

第1話 あったか寄せ鍋

ただいま セイバー

今日は 少し 冷えますね

パタパタ

フフ 髪がおいでですよ

早く中へ

部屋は 暖まって いますから

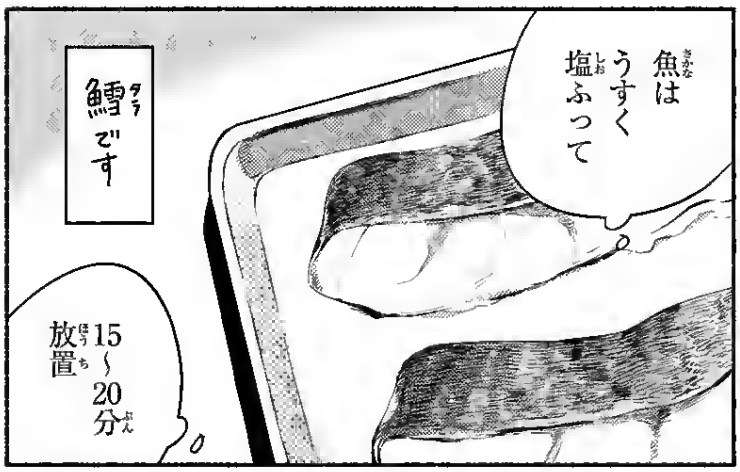
シェン シェン

シロウ
今日の夕飯は
なんでしょう
今日寒いだろ
温かいのが
良いと思って

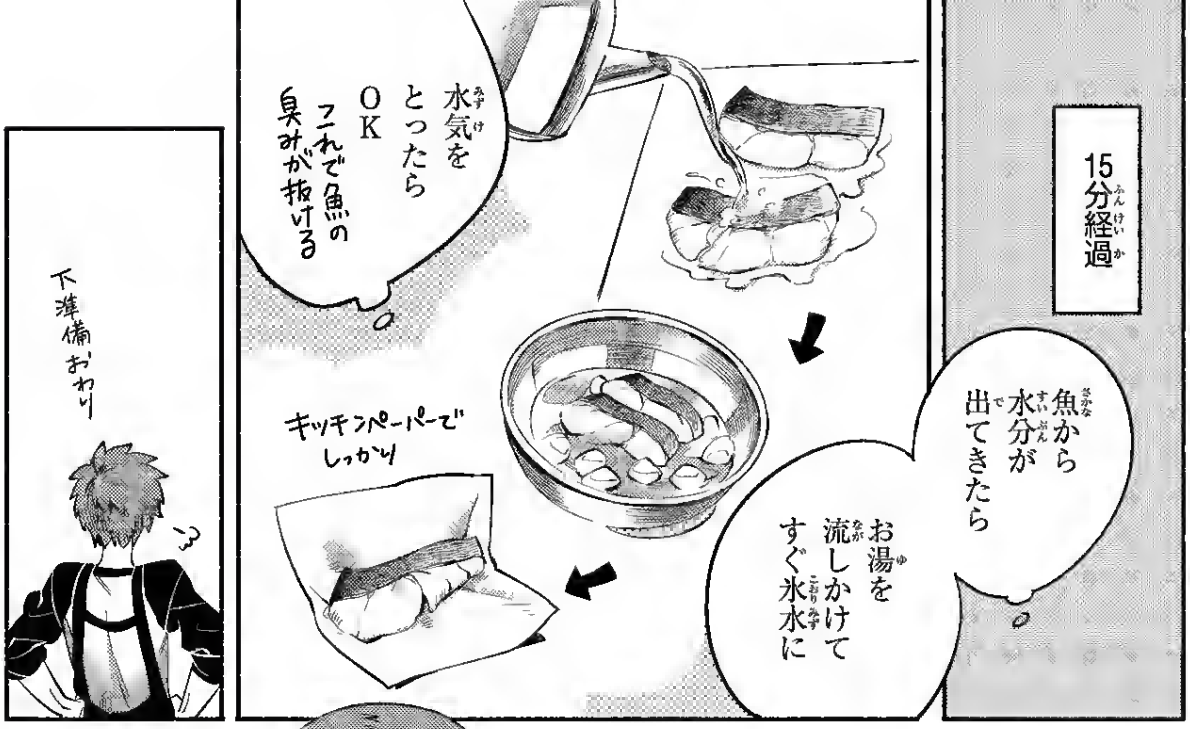
寄せ鍋

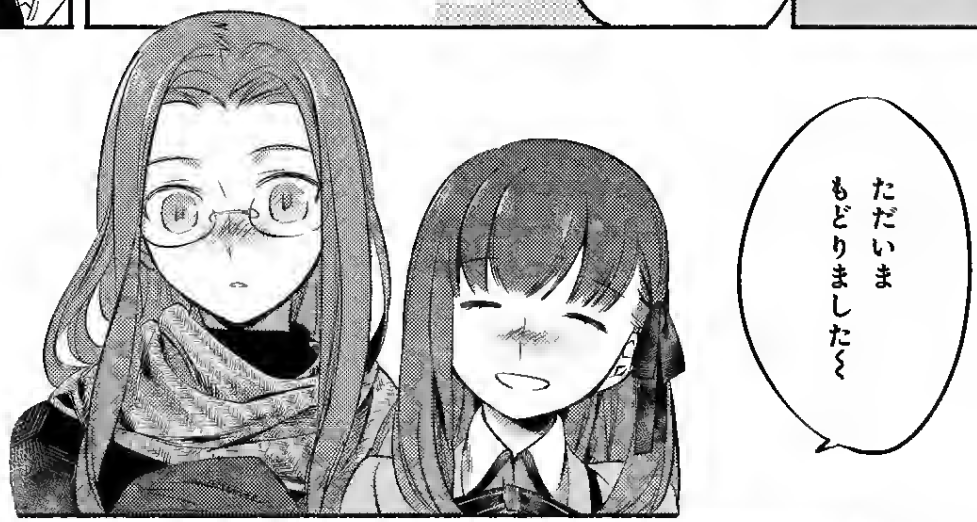
なべ!!

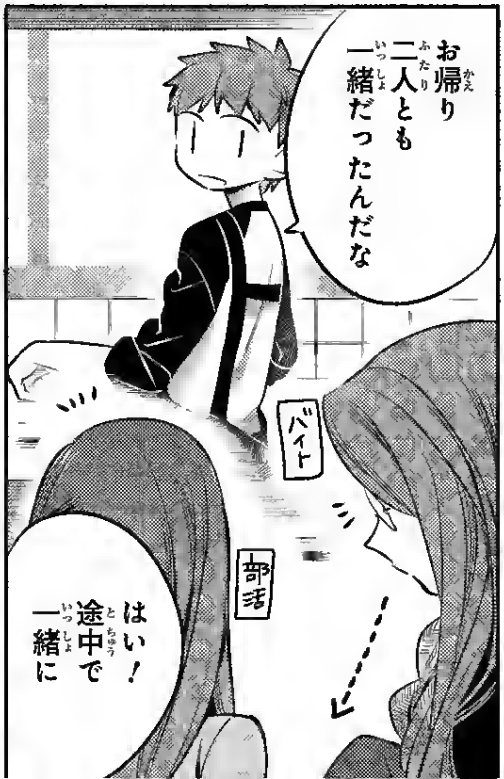
先に昆布
つけとこう
時間が
あるなら
30分以上したい
ところ


魚は
うすく
塩ふって
鱈です
放置15〜20分

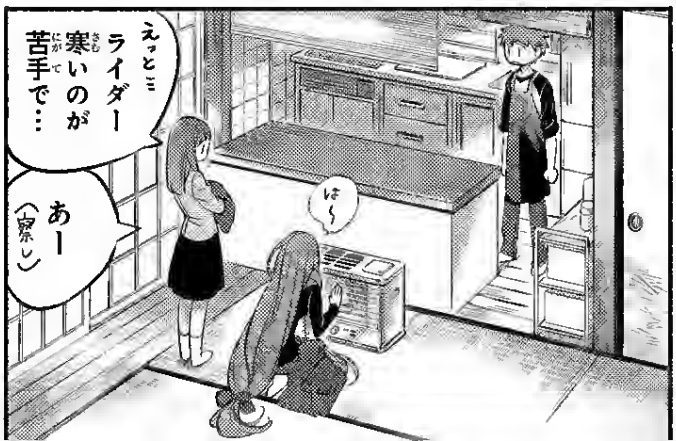
野菜やら
きのこやら
適当な
大きさに
切る
ネギはななめ七刀
白菜の葉はざく七刀
芯はななめ七刀
えのきはばらして
落としてほぐす
トトトトトトトト


15分経過
魚から水分が出てきたら
お湯を流しかけてすぐ氷水に
水気をとったらOK
これで魚の臭みが抜ける
キッチンペーパーでしっかり
下準備おわり


ただいまもどりました〜


お帰り
二人とも一緒だったんだな
バイト
部活
はい！途中で一緒に

先輩お夕飯の準備手伝います
スススッ
今日はなべです
ああ大丈夫だいたい終わってるから

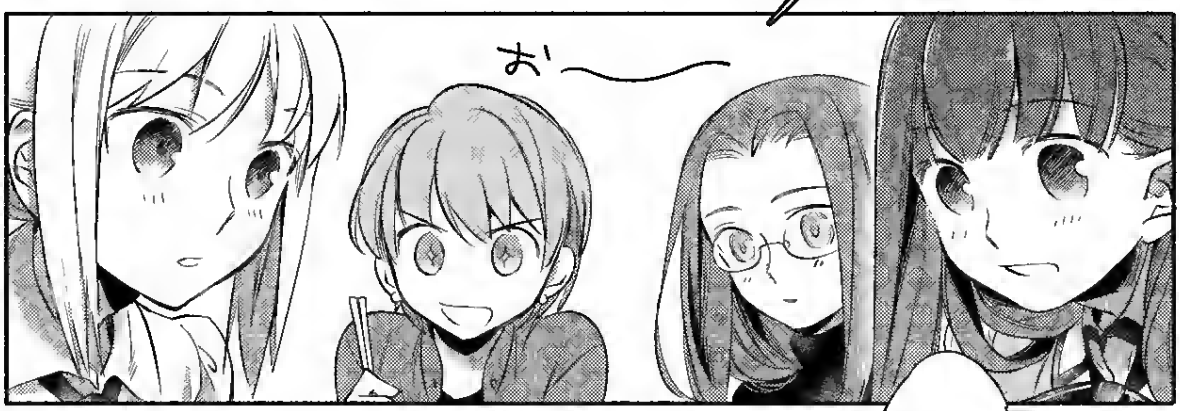

えっとミライダー寒いのが苦手で…
はーい
あー（寒い）

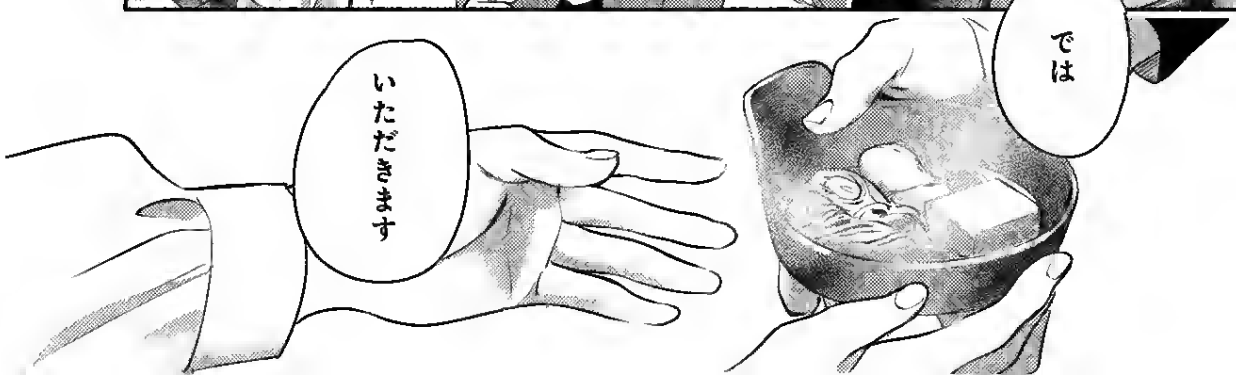
続
沸騰したら
昆布は取り除いて
しょうゆ
みりん
酒・塩を入れる
具は
すぐ火が通る物
以外を先に入れ
春菊とか長ねぎ
あさりなんかは
仕上げに入れる

たっだいま〜！
ねえ士郎
見て見て
みかん
貰った！

おい藤ねえ
みかん まだ
1箱残ってるだろ！
くれるって
いうんだもん
みんな
ノルマ追加
で〜す
おお
まあ
いいか
よし
出来たぞー

お待ちどーさま


お～～


では
いただきます

ずっ
あちぃ
ぱく

もぐ
ほ〜っ
はぁ〜
あったかい
お出汁が
美味しいです
タラ
良いわね〜
アサリも
効いてる
おかわり
ちょうだい

ライダー
すごく
くもってる
はい
見えませんが
おいしいです
シロウ
ほこ
ほこ
から〜
なくなって
しまいましたね
セイバー
物足りないんじゃ
ないか？
えっ
いや
いや
そんな
ことは
そんな風に
見えましたか
あーいや
やや腹に
余裕を
残した所で…
本日の
〆です
ざぶ
ざぶ
ザー

ご飯を水で洗って
ぬめりを取り
水気をしっかり
とっておく

ざばば

鍋に残った具は
一旦取り出して
アクを取り…

ご飯を入れる
強火はNG
弱火～中火で
あまりかき混ぜない

ツー

溶き卵で閉じて
三つ葉を
入れたら

雑炊

ほかー

完成

これが…！
シロウ!!

ラーン
ラーン
ハイ

鍋の時は
これでしょ～
麺もいいわよね

ラ～メ～

ふんふん

コクコク

肉は
欠かせない
ですよねっ
卵ふわふわ～

次回更新は 2月 23日（火）

あったか寄せ鍋とシメの雑炊

[材料] 4人分

鍋の具材

鱈(白身魚)	4切れ
海老	4~8匹
あさり or 蛤	100~150g
白菜	1/4株
長ネギ	2~3本
椎茸	4~8枚
えのき茸	1束
春菊	1束
木綿豆腐	1丁
生姜	1/4片

※具材はお好みで

鍋つゆ

	水	6カップ
	醤油	大さじ3
	みりん	大さじ3
(A)	酒	大さじ5
	塩	小さじ1
	市販の鰹出汁(粉)	小さじ1

雑炊

ご飯	お茶碗2杯分くらい
卵	1個
三つ葉	1束

寄せ鍋の作り方

魚の臭み抜きと魚の旨味がつゆの方に出過ぎないようにする為。

1. 出汁昆布を水6カップにつけておく(時間があれば30分以上)
2. 鱈にうすく塩をあて15~20分放置。切り身に水分が出てきたら皮目に当たるように熱湯を回しかけ、冷水でぬめりを取ってからキッチンペーパー等で水気を取る。
3. あさりや蛤等は塩水で砂抜きし、海老は楊枝で背ワタを取っておく。
4. 野菜・豆腐などは食べやすい大きさに切り、生姜はすりおろす。
5. 鍋に1を昆布を入れたまま火にかけ、沸騰したら昆布を取り出す。調味料(A)を入れ一煮立ちさせる。
6. 春菊・貝類以外の具材を火の通り辛いものから入れていく。(白菜の芯→葉・豆腐・きのこ類・魚→長ネギのような感じ)
7. 味をみてOKなら春菊とあさり or 蛤を入れ、貝のフタが開けば完成!!

鍋のシメに!! 雑炊の作り方

1. 鍋にある具を一度取り出し、アクもキレイに取り除く。
2. ご飯は水で洗いザルに上げて水気を切る。三つ葉は2cm巾くらいに切る。
3. 鍋つゆは少し煮詰まっているので水や出汁を少し足す。洗ったご飯を入れたら弱火~中火で煮込む。
4. 頃合いになったら強火にし、卵を回し入れ三つ葉を加えたら完成!!